

# Cómo hacer vida normal con un estoma

El estomaterapeuta es fundamental para que el paciente comprenda cómo vivir con 'la bolsa'

**CUN** ■ El estomaterapeuta es un experto en el cuidado de las personas portadoras de un estoma, una intervención quirúrgica por la que al paciente se le aboca una parte interna del organismo al exterior. A simple vista, la cuestión es de lo más habitual, pero sorprende gratamente comprobar cómo paciente y enfermera se mantienen unidos por un vínculo afectivo años después de la operación.

Así lo vive y lo cuenta Carmen Fuertes, enfermera de Cirugía de la Clínica Universitaria, experta en Estomaterapia que cursa en la actualidad Cuarto de Pedagogía en la Universidad de Navarra. A sus espaldas lleva 25 años de profesión y más de 15 en este campo como experta, y para ella la clave tras colocar a un paciente lo que comúnmente se conoce como 'bolsa' es la relación que se origina entre él y el especialista, ya que, después de la intervención, la persona necesita unos cuidados y un seguimiento que se prolongarán durante toda su vida. Ayudarles a aceptar qué es lo que les ha ocurrido y formarles para que comprendan, no el porqué, sino el cómo vivir con ello, es la tarea que Carmen Fuertes aborda todos los días. Las causas son

## CUIDADOS Y CONSEJOS

- Elegir un buen dispositivo, ya que el paciente puede rechazarlo por alergia, ulceraciones en la piel o porque no sea el correcto y se le desprenda.
- Prestar una atención mayor a la piel y a la higiene.
- Cambiar las bolsas, que son de plástico y van recubiertas de una telilla para que no recaliente la piel, cada vez que se usan.
- Ducharse sin el dispositivo para que se eliminen todos los restos.
- Secar muy bien la piel.
- Tener precaución con los movimientos bruscos y evitar prácticas que requieran un gran esfuerzo abdominal.
- Con la llegada del calor, los pacientes se obsesionan pensando que se les nota con un tipo de ropa determinada. A los hombres se les recomienda bañadores de pantalón y, a las mujeres, trajes de baño con dibujos o drapados.

## LA CIFRA

# 50

En la Clínica se realizan unas 50 operaciones al año que necesitan un estoma. El número disminuye gradualmente por el avance de las técnicas quirúrgicas.

## LA OSTOMÍA

Cuando la salud del paciente lo exige, puede ser necesario interrumpir los cauces naturales para la excreción de las heces o la orina. Se realiza entonces una abertura artificial (estoma) por la que llevar al exterior los desechos, que se recogen en un dispositivo especial.

### EJEMPLO DE OSTOMÍA DIGESTIVA



### OSTOMÍAS DIGESTIVAS

Según su localización

TIPOS	FLUIDO
1 Ileostomía	Líquido
2 Colonostomía ascendente	Semilíquido
3 Colonostomía transversa	Semisólido
4 Colonostomía descendente	Heces formadas
5 Colonostomía sigmoide	Heces sólidas



### OSTOMÍAS UROLÓGICAS

Según su localización

TIPOS
1 Nefrostomía
2 Ureterostomía (en uno o en ambos uréteres)
3 Vejiga ileal (se elimina la vejiga)



diversas: procesos tumorales, traumatismos, enfermedades inflamatorias o malformaciones, y la consecuencia que de ello se deriva es que "hoy, gracias a un estoma, puedo vivir", reconocen algunos pacientes.

**UNA DEPENDENCIA POSITIVA.** Carmen Fuertes asegura al hablar de su relación con los pacientes que al final se crea "una dependencia positiva", ya que ellos saben a qué persona dirigirse, y la enfermera en qué momento derivarle a un profesional u otro.

Pero además del apoyo que presta la Clínica, la familia juega un papel relevante en su nueva situación. "Si la familia no lo acepta, ellos lo pasan mal", apunta. Por ello, Fuertes cree necesario que tanto el especialista como el paciente y sus familiares conozcan en profundidad su caso para tener los cuidados adecuados. "La bolsa, a muchas personas les traumatiza", y es "muy importante" que el paciente sea consciente de que lleva un estoma, pero que no le dé más importancia de la que tiene, indica Carmen Fuertes.

**NO HAY UN PERFIL.** Hay pacientes de todas las edades con estomas, que pueden ser permanentes o temporales. Tampoco hay un sexo predominante. Sin embargo, sí influye la edad a la hora de una intervención. Fuertes explica que los adolescentes se hacen muchas preguntas del tipo "me querrán si lo saben", o "me lo notarán". En su opinión, para poder orientar a la persona, "todo depende de por qué se lo han hecho y si es temporal o definitivo".